令和8年 8・9月献立表　北部学校給食センター　E献立

川崎市教育委員会事務局

月	火	水	木	金
学校給食費の口座振替日 【第2期】(6月分) 7月 31日(金) 【第3期】(7月分) 8月 31日(月) ※前日までに登録口座に入金・残高のご確認をしていただきますようお願いいたします。	8月25日 **給食なし**	26日 ガパオライス （麦ごはん） 野菜スープ 牛乳★ (乳) 777kcal 35.2g	27日 高野豆腐のそぼろごはん （麦ごはん） ごまあえ じゃが芋のみそ汁 牛乳★ (乳) 795kcal 32.3g	28日 ごはん ホキフライ (小) 中濃ソース ポークビーンズ オニオンスープ 牛乳★ (乳) 862kcal 31.1g
31日 麦ごはん さけの塩焼き じゃが芋の和風あえ かんぴょうのみそ汁 牛乳★ (乳) 755kcal 31.8g	9月1日 中華丼 (卵) （麦ごはん） わかめスープ 牛乳★ (乳) 770kcal 30.6g	2日 麦ごはん シュクメルリ (乳)(小) ひじきのサラダ 牛乳★ (乳) 861kcal 31.4g	3日 麦ごはん 生揚げの四川煮 三色ナムル 寒天の中華スープ 牛乳★ (乳) 770kcal 31.0g	4日 麦ごはん とり肉のから揚げ もやし炒め とうがんのみそ汁 牛乳★ (乳) 829kcal 34.7g
7日 ごはん ポークチャップ ボイル野菜 和風ドレッシング 白いんげん豆の ポタージュ (乳) 牛乳★ (乳) 864kcal 38.3g	8日 **給食なし**	9日 麦ごはん さばのごまみそかけ おひたし けんちん汁 牛乳★ (乳) 863kcal 33.7g	10日 麦ごはん とり肉の バーベキューソース 野菜ソテー ハムの クリームスープ (乳)(小) 牛乳★ (乳) 794kcal 34.8g	11日 野菜入りスタミナ丼 （麦ごはん） トマトと卵のスープ (卵) 牛乳★ (乳) 806kcal 35.6g
14日 麦ごはん チキンカレー (小) ペッパーピクルス 牛乳★ (乳) 851kcal 30.4g	15日 ごはん コロッケ (小) 中濃ソース 肉野菜炒め たまねぎのみそ汁 牛乳★ (乳) 836kcal 28.9g	16日 ロールパン★ (小) ペンネアラビアータ (小) ベジタブルスープ フルーツポンチ 牛乳★ (乳) 839kcal 32.5g	17日 麦ごはん カレーじゃこ 肉じゃが ツナサラダ 春雨スープ 牛乳★ (乳) 785kcal 30.2g	18日 麦ごはん ぶりの塩こうじから揚げ きんぴらごぼう 豆腐のみそ汁 牛乳★ (乳) 901kcal 36.2g
（下記のお知らせ参照）			24日 ごはん 蒸ししゅうまい (小) ホイコーロー アジアンスープ 牛乳★ (乳) 834kcal 32.4g	25日 お月見の行事食 こぎつねごはん （しょうゆごはん） かれいのたつた揚げ 芋煮汁 月見団子 牛乳★ (乳) 892kcal 35.8g
28日 麦ごはん じゃがいもと鶏肉の 甘辛炒め きゅうりのしょうが風味 沢煮椀 牛乳★ (乳) 770kcal 36.4g	29日 SDGs DAY 麦ごはん 大豆ミートの ドライカレー (小) ジュリエンヌスープ いちごヨーグルト★(乳) 牛乳★ (乳) 866kcal 33.9g	30日 麦ごはん ちくわのかば焼き 切り干し大根の ゴママヨサラダ 豚肉となすのみそ汁 牛乳★ (乳) 764kcal 26.7g	（下記の学校給食レシピのお知らせ参照）	

※県内産の食材は、牛乳、とうがんです。豚肉は県内を含む複数の産地より調達します。

※「かわさきそだち」(市内産）の野菜
9月16日　ペンネアラビアータ「なす」
9月30日　豚肉となすのみそ汁「なす」
（天候の影響により、県内産、市内産食材を使用できない場合があります。）

菜果ちゃんのイラストのある日は「かわさきそだち」の使用日です。

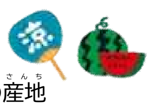
※給食休止日が学校ごとに異なりますので、ご注意いただき、学校からの配布物などでご確認いただくようお願いいたします。
※★のついているものは、学校に直接配送されます。
※枠内下部の数字は、エネルギー（kcal）とたんぱく質（g）を表示しています。

学校給食レシピとレシピ動画を公開中！

ご家庭でレシピやレシピ動画を参考に、給食の味を楽しんでください。

https://www.city.kawasaki.jp/880/page/0000125035.html

■献立表(詳細版)
■放射能検査の結果
■給食で使用する食材の産地
こちら↓↓



https://www.city.kawasaki.jp/880/page/0000037906.html

「卵、乳、小麦」を使用している献立に表示（(卵)(乳)(小)）を記載しています。
このうち、除去できるものについては除去食対応をします。
※特定原材料のうち、えび、かに、落花生、そば、くるみ、カシューナッツは使用しません。また、キウイフルーツ、その他の木の実類（カカオ・栗・杏仁を除く）は使用しません。

(卵) (乳) (小)

〇給食センターだよりもご覧ください。

給食センターだより

～みんなで創る「健康給食」～

令和８年
８・９月号

夏の日差しが日ごとに強まり、いよいよ夏本番を迎えます。これからの季節は台風や大雨など、災害への備えが大切な時期です。毎年9 月1 日は「防災の日」です。この機会に先がけて、家庭でできる災害への備え、おすすめの備蓄方法について紹介します。

災害に備えて
家庭で備蓄食品を準備しましょう

備蓄食品とは？

災害や非常時に備えて保存しておく食べ物のことです。大きく分けて災害時の備えとして用意し主に災害時に使用する「非常食」と、日常から使用し、かつ、災害時にも使用する「日常食品」があります。

どのくらい？

備蓄の目安

⇒家族の人数×最低３日間

できれば1週間分を備えましょう。

水は１人１日３Lが目安です。

乳幼児、高齢者、食物アレルギーのある方などは、少なくとも２週間分の食品を備蓄することが推奨されます。

大きな災害が発生すると、電気、ガス、水道などのライフラインが停止し、市外から救援物資が届くまでは約３日間かかり、物流機能の停止によって約１週間はスーパーやコンビニなどで食品が手に入らないことが想定されます。

どんなものを？

災害時は、たんぱく質やビタミン、無機質、食物繊維などが不足しがちになります。栄養バランスを考えて、**主食、主菜、副菜がそろうように**食品を買い置きしておくとよいでしょう。

主 食

- 米　・パックごはん
- アルファ化米　・おかゆ
- もち　・パン
- そば　・うどん
- カップめん
- コーンフレークなど

主 菜

- レトルト食品（カレー、ハンバーグ、ミートソースなど）
- 缶詰（ツナ、サバ、焼き鳥など）
- 乾物（高野豆腐など）

副 菜

- 日持ちする野菜（にんじん、たまねぎ、じゃが芋など）
- 缶詰（コーンなど）
- 乾物（乾燥野菜、ひじき、わかめ、のりなど）

飲 料

- 水　・お茶
- 野菜ジュースなど

その他

- 調味料　・ビタミン剤
- ふりかけ　・菓子など

調理器具　カセットコンロ・ガスボンベ・鍋・包丁・キッチンバサミ・菜箸・ラップ・食品用ポリ袋・キッチンペーパー・紙皿・紙コップ・割り箸など

備蓄には**ローリングストック**がおすすめ！

ローリングストックとは、備蓄の方法のことで、日頃から食べている食品を少し多めに買い置きし、賞味期限が古いものから消費し、消費した分を買い足していくことです。「非常食」と「日常食品」をローリングストックとして計画的に備えることが大切です。

参考：農林水産省「災害時に備えた食品ストックガイド」、川崎市健康福祉局「食品備蓄のすすめ」

発行：川崎市教育委員会事務局健康給食推進室　南部・中部・北部学校給食センター